



# Le Menu de la Cantine

Simiane Collongue  
Primaire



Lundi 06 Janvier	Mardi 07 Janvier	Mercredi 08 Janvier	Jeudi 09 Janvier	Vendredi 10 Janvier
Salade de pois chiches	Salade de blé au pesto rouge	<b>Salade verte Bio</b>	Pâté de campagne	<b>Coleslaw de chou Bio sauce cocktail</b>
Salade de lentilles	Salade de pommes de terre		Œuf dur mayonnaise	<b>Céleris remoulade Bio</b>
<b>Végé</b> Tortellinis	Potée de bœuf	Galopin de veau	Quenelles sauce mornay	<b>Marmite de colin MSC, moules et crevettes</b>
ricotta épinards sauce crème	<b>Haricots verts à l'ail Bio</b>	<b>Purée de patates douces Bio</b>	<b>Carottes sautées Bio</b>	Boulgour
Camembert à la coupe	Chanteneige	Emmental à la coupe	Edam	Brousse à la coupe
Bûche de chèvre à la coupe	Mimolette		Vache qui rit	Bûche de chèvre à la coupe
<b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Galette des Rois frangipane</b>	Fromage blanc sucré	<b>Banane Bio</b>	Flan caramel
au choix			<b>Kiwi BIO</b>	<b>Purée de fruits BIO</b>
Lundi 13 Janvier	Mardi 14 Janvier	Mercredi 15 Janvier	Jeudi 16 Janvier	Vendredi 17 Janvier
Taboulé	<b>Carottes râpées Bio</b>	<b>Salade de petits pois BIO mayonnaise</b>	<b>Notre cake à la mimolette</b>	<b>Salade verte Bio</b>
Salade de maïs	<b>Chou chinois Bio</b>			Chou blanc mayonnaise
Sauté de porc	<b>Poulet rôti Bio</b>	Lasagne	<b>Végé</b> Dahl de lentilles	<b>Hoki MSC sauce tomate</b>
<b>Brocolis à la crème Bio</b>	Pommes noisettes	à la bolognaise	<b>Riz IGP</b>	Pommes de terres
Emmental à la coupe	Coulommiers à la coupe		Petit suisse sucré	Gouda à la coupe
Brie à la coupe	<b>Ossau Iraty AOP à la coupe</b>	Carré président	Petit suisse aromatisé	Bûche du pilat à la coupe
<b>Fruit de saison Bio</b>	Crème dessert vanille	Flan chocolat	<b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Purée de fruits Bio</b>
au choix	<b>Purée de fruits BIO</b>		au choix	au choix



Des Menus végétariens  
Pour diversifier les  
protéines

EN SAVOIR PLUS



Bonne année !



**Bio** : Produit issu  
de l'agriculture biologique.  
Seule la composante précisée est Bio



**IGP** : Indication  
Géographique  
Protégée



**AOP** : Appellation  
d'Origine  
Protégée



**Label Rouge**  
Viande de qualité  
supérieure



**Menu  
végétarien**

● Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats ● Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



# Le Menu de la Cantine Simiane Collongue



Lundi 20 Janvier	Mardi 21 Janvier	Mercredi 22 Janvier	Jeudi 23 Janvier	Vendredi 24 Janvier
Salade de betteraves Bio	Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail	Salade de maïs aux oignons	Verre de sirop de grenadine	Salade de coquillettes à la provençale
Salade de haricots verts Bio	Pamplemousse Bio		Salade verte Bio	Salade de boulgour et lentilles
Couscous de pois chiches Bio <b>V</b> <sub>égé</sub>	Loubia de bœuf	Sauté de dinde Label Rouge sauce colombo	Saucisse de Toulouse	Bâtonnets de colin MSC panés et citron
et ses légumes Bio	Polenta	Carottes Bio	Purée de pommes de terre au Cantal AOP (façon aligot)	Butternut mornay Bio
Emmental à la coupe	Mimolette		Vache picon	Bûche du pilat à la coupe
Saint Marcellin IGP à la coupe	Fromage fouetté	Brie à la coupe		Coulommiers à la coupe
Fruit de saison Bio au choix	Yaourt aromatisé	Fruit de saison Bio	Notre moelleux aux pommes caramélisées	Fruit de saison Bio au choix
Lundi 27 Janvier	Mardi 28 Janvier	Mercredi 29 Janvier	Jeudi 30 Janvier	Vendredi 31 Janvier
Pizza au fromage	Carottes râpées Bio	Tapenade sur toast	Taboulé	Chou chinois Bio en mayonnaise
Ragoût de dinde Label Rouge	Salade verte Bio	Falafels sauce tomate	Salade de crudités Bio (Salade verte, carottes et maïs)	<b>V</b> <sub>égé</sub> Nems de légumes
Haricots verts à l'ail Bio	Brandade parmentière	Tortis	Steak haché	Riz IGP
Saint morêt	Camembert à la coupe	Bûche de chèvre à la coupe	Epinards moulinés Bio	Yaourt sucré
Gouda	Brousse à la coupe		Saint paulin à la coupe	
Fruit de saison Bio au choix	Liégeois chocolat	Fruit de saison Bio	Tomme blanche à la coupe	
	Purée de fruits BIO		Fromage blanc à la vanille	
			Purée de fruits BIO	Notre moelleux aux litchis

**Menu plaisir**

*L'aligot c'est rigolo!*

**JEUDI 23 JANVIER**  
Découvrez les menus SUR L'APPLICATION TERRES DE CUISINE



**Nouvel an chinois**

**VENDREDI 31 JANVIER**  
Découvrez les menus SUR L'APPLICATION TERRES DE CUISINE



Lundi 03 Février	Mardi 04 Février	Mercredi 05 Février	Jeudi 06 Février	Vendredi 07 Février
 Crêpe au fromage <b>Blanquette de dinde Bio et ses légumes Bio</b> Saint morêt <b>Crêpes sucrées ou pâte à tartiner</b>	<b>Salade verte Bio</b>  <b>Chou blanc Bio mayonnaise</b> <b>Bolognaise de lentilles Bio</b> Macaronis Mimolette à la coupe Camembert à la coupe Yaourt aromatisé <b>Purée de fruits BIO</b>	<b>Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail</b> Paupiette de veau <b>Mouliné de butternut Bio</b> Brie à la coupe <b>Crêpes sucrées ou pâte à tartiner</b> 	Macédoine de légumes <b>Salade de betterave BIO</b> Tartiflette aux lardons de porc Petit suisse sucré Petit suisse aromatisé <b>Fruit de saison Bio</b>   au choix	Taboulé Salade de coquillettes à la tapenade <b>Pépites de colin MSC pané et citron</b> <b>Choux fleurs mornay Bio</b> <b>Saint Nectaire AOP à la coupe</b> Bûche de chèvre à la coupe <b>Purée de fruits Bio</b> au choix
Lundi 10 Février	Mardi 11 Février	Mercredi 12 Février	Jeudi 13 Février	Vendredi 14 Février
Macédoine mayonnaise Chili de haricots rouges <b>Riz IGP</b>  Camembert à la coupe <b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Carottes râpées et maïs Bio</b> Boulettes de bœuf Galettes de légumes Saint paulin à la coupe <b>Purée de fruits Bio</b>	<b>Salade de haricots verts Bio</b> <b>Potée de dinde Label Rouge</b> Pommes de terre au bouillon Coulommiers à la coupe Flan caramel	Rillettes de porc Pané fromager <b>Brocolis à la crème Bio</b> Yaourt sucré <b>Fruit de saison Bio</b>	<b>Salade verte Bio</b> Tortis <b>au saumon MSC</b> Gouda à la coupe <b>Notre moelleux aux fruits rouges</b>



Nos fruits sont d'Origine France, et locaux en pleine saison




la chandeleur

LUNDI 3 FEVRIER

Découvrez le menu sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE






# Le Menu de la Cantine

Simiane Collongue  
Primaire




Lundi 17 Février	Mardi 18 Février	Mercredi 19 Février	Jeudi 20 Février	Vendredi 21 Février
Salade de blé aux légumes	<b>Salade verte Bio</b>	Pizza au fromage	<b>Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail</b>	Salade de lentilles aux oignons
Steak haché <b>Purée de panais Bio</b>	<b>Jambon blanc Label Rouge</b> Coquillettes	<b>Notre terrine de colin MSC</b> <b>Carottes Bio</b>	Tajine de bœuf Semoule	 Nuggets de blé <b>Haricots verts à l'ail Bio</b>
Bûche de chèvre à la coupe	Saint morêt	Petit suisse sucré	Emmental à la coupe	Brie à la coupe
<b>Fruit de saison Bio</b>	Fromage blanc aromatisé	<b>Fruit de saison Bio</b>	Crème dessert vanille	<b>Fruit de saison Bio</b>
Lundi 24 Février	Mardi 25 Février	Mercredi 26 Février	Jeudi 27 Février	Vendredi 28 Février
<b>Salade de Maïs BIO</b> <b>Salade verte BIO</b>	Salade de pommes de terre à la provençale Salade de pois chiches	<b>Chou Bio mayonnaise</b>	Salade de pépinettes Tapenade sur toast	<b>Carottes râpées BIO</b>
Gratin de macaronis aux légumes et à l'emmental Mimolette à la coupe	Loubia de bœuf <b>Carottes Bio</b> Carré Président	<b>Notre Frittata aux légumes Bio</b> Pommes rissolées	Rôti de porc <b>Petits pois Bio</b> Emmental à la coupe	<b>Carottes râpées BIO</b> <b>Hoki MSC sauce safranée</b> Boulgour Yaourt sucré
Tomme blanche à la coupe	<b>Saint Marcellin IGP à la coupe</b>	Vache picon	Bûche du pilat à la coupe	Yaourt aromatisé
<b>Purée de fruits Bio</b> au choix	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix 	Liégeois chocolat	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix 	<b>Notre cake à la noix de coco</b>



## Nos Pâtes sont 95% françaises

Les pâtes **Bio** sont fabriquées en région Vaucluse et Rhône-Alpes




## Cake Maison À LA NOIX DE COCO

Découvrez la recette sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE





# Le Menu de la Cantine

Simiane Collongue  
Primaire



Lundi 03 Mars	Mardi 04 Mars	Mercredi 05 Mars	Jeudi 06 Mars	Vendredi 07 Mars
Taboulé	<b>Coleslaw de chou Bio sauce cocktail</b>	Pizza au fromage	<b>Carottes râpées Bio</b>	Salade de pommes de terre aux légumes
Toast de chèvre chaud	<b>Pamplemousse Bio</b>		<b>Céleris remoulade Bio</b>	Salade de pois chiches
<b>Végé</b> Quenelles sauce tomate	Saucisse de Francfort	<b>Sauté de dinde Label Rouge</b>	Potée de bœuf	<b>Bâtonnets de colin MSC panés et citron</b>
<b>Epinards moulinés Bio</b>	Lentilles au jus	<b>Haricots verts Bio</b>	Tortis	<b>Brocolis à la crème Bio</b>
Petit suisse sucré	Kiri	Saint morêt	St Morêt	Coulommiers à la coupe
Petit suisse aromatisé	<b>Ossaur Iraty AOP à la coupe</b>	Flan caramel	Bûche du pilat à la coupe	Emmental à la coupe
<b>Fruit de saison Bio</b> au choix	Beignet au chocolat		Fromage blanc sucré	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix
<b>Purée de fruits BIO</b>			<b>Purée de fruits BIO</b>	
Lundi 10 Mars	Mardi 11 Mars	Mercredi 12 Mars	Jeudi 13 Mars	Vendredi 14 Mars
<b>Carottes râpées Bio</b>	Betteraves	<b>Salade verte et maïs Bio</b>	Tartinable de haricots blancs et toast	<b>Notre clafoutis de légumes et emmental</b>
<b>Endives Bio vinaigrette</b>	Macédoine		Tapenade sur toast	<b>Végé</b> Couscous
Hachis parmentier au bœuf	Beignets de calamar et citron	Tortellinis	Rôti de porc	Légumes
Carré président	<b>Riz IGP</b>	<b>Végé</b> Ricotta épinards sauce tomate	Galettes de légumes	Yaourt sucré
Gouda	Vache picon	Edam	Camembert à la coupe	Yaourt aromatisé
Yaourt aromatisé	Port Salut	<b>Purée de fruits Bio</b>	Mimolette à la coupe	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix
<b>Purée de freuits BIO</b>	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix		Crème dessert vanille	
			<b>Purée de fruits BIO</b>	



**Nos filets de poisson sont 100% MSC pêche durable.**



**Mardi Gras !**

Découvrez le menu sur L'APPLICATION TERRES DE CUISINE



**CARNAVAL**

**bio** Bio : Produit issu de l'agriculture biologique. Seule la composante précisée est Bio

 IGP : Indication Géographique Protégée

 AOP : Appellation d'Origine Protégée

 Label Rouge Viande de qualité supérieure

**Végé** Menu végétarien

 Aide UE à destination des écoles

● Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats ● Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.



Lundi 17 Mars	Mardi 18 Mars	Mercredi 19 Mars	Jeudi 20 Mars	Vendredi 21 Mars
Pâté de campagne	<b>Verre de sirop de menthe</b> <b>Œuf dur Bio mayonnaise</b>	<b>Salade de riz IGP aux légumes</b>	<b>Coleslaw de céleris Bio sauce cocktail</b>	Salade d'épeautre au pesto rouge
Rillettes de thon	<b>Poulet rôti Bio</b>	Galopin de veau	<b>Salade verte Bio</b>	Salade de maïs
Gratin de gnocchis	<b>Pommes de terre rissolées</b>	Epinars moulinsés Bio	Curry de pois chiches	<b>Notre terrine de colin MSC</b>
légumes et emmental	<b>Petit louis à tartiner</b>	Bûche de chèvre à la coupe	Semoule	<b>Purée de carottes Bio</b>
Brie à la coupe	<b>Purée de pommes Bio et chantilly</b>	<b>Fruit de saison Bio</b>	Petit suisse sucré	Emmental à la coupe
Coulommiers à la coupe			Petit suisse aromatisé	Tomme blanche à la coupe
<b>Fruit de saison Bio</b> au choix			<b>Notre cake à la fleur d'oranger</b>	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix
Lundi 24 Mars	Mardi 25 Mars	Mercredi 26 Mars	Jeudi 27 Mars	Vendredi 28 mars
<b>Salade de crudités Bio (Salade verte, carottes et maïs)</b>	Salade de coquillettes aux légumes	<b>Carottes râpées Bio</b>	<b>Jambon blanc Label Rouge</b>	Macédoine mayonnaise
<b>Duo de choux Bio vinaigrette</b>	Salade de lentilles aux oignons	Axoa de bœuf	<b>Œuf dur Bio mayonnaise</b>	<b>Betteraves Bio</b>
Steak haché sauce pizzaïole	<b>Hoki MSC sauce colombo</b>	Boulgour	Truffade	Pané de blé
Frites	<b>Haricots verts Bio</b>	Coulommiers à la coupe	<b>(gratin de pommes de terre et Cantal AOP)</b>	<b>Choux fleurs mornay Bio</b>
Camembert à la coupe	Bûche du pilat à la coupe	Liégeois chocolat	<b>Salade verte Bio</b>	Yaourt sucré
<b>Saint Marcellin IGP à la coupe</b>	Mimolette à la coupe		Ramequin de fromage blanc et confiture	Yaourt aromatisé
<b>Purée de fruits Bio</b> au choix	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix		<b>Purée de fruits BIO</b>	<b>Notre moelleux aux poires</b>

**100% de notre riz est de Camargue Labélisé IGP**

*les menus plaisir*

**MARDI 18 MARS**  
Découvrez les menus SUR L'APPLICATION TERRES DE CUISINE

*Le menu cocotte*



Lundi 31 Mars	Mardi 01 Avril	Mercredi 02 Avril	Jeudi 03 Avril	Vendredi 04 Avril
 Salade de maïs Salade de pois chiches	<b>Salade verte Bio</b> <b>Carottes Bio râpées</b>	Tapenade sur toasts	<b>Salade de haricots vertsq Bio</b> <b>Salade de betteraves Bio</b>	<b>Notre cake Cantal et légumes</b>
<b>Tortilla de pommes de terre Bio</b> <b>Epinards moulinés Bio</b>	Carbonara de porc Tortis	Boulettes de bœuf <b>Mouliné de butternut Bio</b>	Financière de bœuf <b>Riz IGP</b>	<b>Pépites de colin panées MSC et citron</b> <b>Carottes Bio sautées</b>
Vache picon <b>Saint Nectaire AOP</b> 	Emmental à la coupe Coulommiers à la coupe	Brie à la coupe	Camembert à la coupe Tomme blanche à la coupe	Petit suisse sucré Petit suisse aromatisé
<b>Fruit de saison Bio</b> au choix  	Yaourt aromatisé <b>Purée de fruits BIO</b>	<b>Fruit de saison Bio</b>	Flan caramel <b>Purée de fruits BIO</b>	<b>Fruit de saison Bio</b> au choix  



## Nos fruits et légumes frais

sont d'Origine France ; et locaux en pleine saison






**Bio** : Produit issu de l'agriculture biologique. *Seule la composante précisée est Bio*



**IGP** : Indication Géographique Protégée



**AOP** : Appellation d'Origine Protégée



**Label Rouge**  
Viande de qualité supérieure



**Menu végétarien**



**Aide UE à destination des écoles**

 Présence possible de l'ensemble des allergènes dans nos plats
  Des aléas d'approvisionnement peuvent exceptionnellement occasionner des changements sur les produits sélectionnés.